

خلیج فارس یا خلیج همیشه فارس

دکتر حبیب احمدزاده

صفحه۴

نسیم جنوب

سال بیست و سوم- شماره ۹۱۳ یک شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۹ - ٤ صفحه - ۱۰۰۰ تومان

با ریشه های خود غریبه نشویم

یونس قیصی زاده

صفحه۴



«خلیج‌فارس»؛ حکایت عشق و رنج

صفحه ۲





دکتر علی پولادی رئیس نظام روانشناسی و مشاوره استان بوشهر:

روانشناسان و مشاوران تا پایان بحران کرونا در کنار مردم خواهند بود

صفحه۳

گاهی خدا می خواهد با دست تو دست دیگر بندگانش را بگیرد

وقتی دستی را به یاری میگیری،
بدان که دست دیگرت در دست خداست...
شماره کارت
۶۲۸۰۲۳۱٤۷۳۲۰۰۰۸۶
انجمن حمایت ازبیماران سرطانی جوانه سبز ب
انجمن حمایت از بیماران سرطانی جوانه سبز
بوشهر۶۰۳۷۹۹۱۸۹۹۸۲۷۲۹۳
شماره کارت بانک ملی

کمک به بیماران سرطانی۰۹۱۷۲۳۹۰۶۶۹

آگهی مناقصه عمومی

(نوبت اول)

دهیاری روستای بندرگاه، در نظر دارد پروژه بهسازی معابر روستا را از طریق مناقصه عمومی به پیمان کاران واجد شرایط واگذار نماید.

از پیمانکاران واجد شرایط تقاضا دارد جهت دریافت اسناد و مدارک مناقصه ی مربوطه به مدت سه روز کاری پس از تاریخ نشر این آگهی به دهیاری روستای بندرگاه مراجعه نماید .





نسیم جنوب
۲ خبر
شماره ۹۱۳ یک شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۹
NASIM JANOUB

توصیه‌های پلیس فتا بوشهر در زمینه افزایش ایمنی هنگام استفاده از اینترنت

بوشهر-ایرنا- رئیس پلیس فتا استان بوشهر در خصوص برخی از روش‌های حفظ امنیت در استفاده از اینترنت و بویژه وای فای عمومی در هنگام دورکاری در دوران مقابله با شیوع ویروس کرونا هشدار داد.
سرهنگ مهدی قاسمی در این رابطه افزود: در پی شیوع جهانی ویروسکرونا، بسیاری از دولت‌ها برای مقابله با این ویروس از استراتژی تاخیر استفاده می‌کنند که شامل تکنیک‌های فاصله‌گذاری اجتماعی از جمله تعطیلی مدارس و دورکاری در منزل است.
وی بیان کرد: تا جایی که امکان دارد برای استفاده از اینترنت برای اجرای امور کاری از وای فای عمومی که به علت رعایت نکردن مؤلفه‌های امنیتی ناامن است نباید استفاده شود.
قاسمی ادامه داد: همچنین برای هر حساب کاربری از کلمه عبور قوی شامل یک رشته طولانی از حروف بزرگ، کوچک، عددها و کارکترهای ویژه استفاده برای چند حساب کاربری از یک کلمه عبور مشترک استفاده نشود.
این مقام مسئول ادامه داد: در صورت استفاده از مودم‌های ای.دی.اس.ال کلمه عبور پیش فرض آن را تغییر و از خاموش بودن قابلیت دبلیو.پی.اس(محافظ امنیتی) دستگاه اطمینان حاصل شود.
رئیس پلیس فتا استان بوشهر گفت: به صورت متناوب و در بازه زمانی لازم پشتیبان‌گیری از داده‌ها انجام شود تا درصورت حمله سایبری یا هرگونه باج افزار آسیب کمتری به کار و اطلاعات وارد شود.
قاسمی تاکید کرد: قبل از استفاده از دستگاه رایانه خود یقین پیدا کنند که فایروال(دیواره آتش) دستگاه و آنتی‌ویروس قدرتمند و به‌روز شده نصب باشد.
وی گفت: همچنین باید نسبت به ایمیل‌های مشکوک به کلاه‌برداری و فیشینگ اطلاعات که برای کاربران ارسال می‌شود هوشیار بود و از بازکردن لینک‌ها و ایمیل‌های مشکوک خودداری شود.
قاسمی عنوان کرد: چنان چه کاربران مجبور هستند در یک فضای عمومی کار کنند یا اگر با افرادی زندگی می‌کنند که نمی‌توانند اطلاعات کار را با آنها به اشتراک بگذارند امنیت دستگاه رایانه آنها مهم است و پیشنهاد می‌شود تا رمز ورود به دستگاه خود را فعال کنند.
وی هشدار داد: کاربران برای اطمینان از امنیت بیشتر حساب‌های کاربری پس از تعیین رمز عبور ترکیبی قوی از مولفه احراز هویت دو مرحله‌ای نظیر اسکن اثر انگشت یا تاییدیه پیامکی استفاده کنند و در صورت نداشتن اطلاعات تخصصی کافی در این زمینه باید از مشاوره کارشناسان معتمد کمک بگیرید.
رئیس پلیس فتا استان بوشهر از عموم مردم درخواست کرد در صورت مشاهده هرگونه مورد مشکوک، موضوع را از طریق وب‌سایت پلیس فتا به آدرس www.cyberpolice.ir بخش گزارش‌های مردمی به همکاران ما اطلاع دهند تا پلیس فتا بتواند با همکاری مردم در تحقق هرچه بیشتر امنیت در فضای سایبر موفق باشد.

«خلیج‌فارس»؛ حکایت عشق و رنج

ایسنا بوشهر- اگر بگوییم دلشان دریاست، باز هم حق مطلب را ادا نکرده‌ایم. از وقتی چشم خود را باز کرده اند تا سال ها با دریا همنشین بوده اند و کار، معیشت و حتی تفریحشان در خلیج فارس بوده است. روزی که جنگ شد، با لباس غواصی و قایقرانی به سوی خط مقدم رفتند و امروز دغدغه جهش تولید را دارند.
صیادی و مشاغل مرتبط با دریا، یکی از منابع اصلی امرار معاش مردم جنوب ایران است. صیادان با وجود مشکلات فراوان مثل سپری کردن ماه های طولانی روی دریا جان خود را به خطر می اندازند و تنها چیزی که آنان را استوار نگه می‌دارد عشق به کار و دریاست. این مرزنشینان سال‌ها در همسایگی خلیج فارس زندگی کرده اند و بهتر از هر کسی قدردان آن هستند.
به حوالی میدان رئیس‌علی دلواری بندر بوشهر که برسی، مجسمه استوار این شهید راه میهن، هوشیار در حال نظاره‌ی دریاست. گویی می خواهد بگوید ما تا انتهای تاریخ نگهبان ایران و هر چیزی که متعلق به آن است هستیم. درست سمت چپ این مجسمه به اسکله صیادی جفره می‌رسیم که جاده خاکی آن تا پای لنج ها می رسد. لنج هایی که دیگر چوبی نیستند و جای خود را به شناورهای فایبرگلاس داده اند. دو ناخدا که گرد پیری بر روی موهایشان نشان از سالها صید و سفر دارد، در حال ترمیم تورهای خود هستند. کافی است بگوییم قصد داریم در خصوص خلیج فارس صحبت کنیم تا سفره دلشان را باز کنند.
یکی از این صیادان با حسرتی آشکار به ایسنا گفت: خلیج‌فارس روزی فارس بود که تا خور کویت بدون مزاحمت برای صید ماهی می رفتیم. متاسفانه امروز دچار وضعی شده ایم که در خلیج فارس توسط کشورهای عربی شاهد برخوردهای نادرستی با صیادان ایرانی هستیم.
او با بیان این که صیادان به شدت درگیر بروکراسی های اداری شده اند، ادامه داد: اداره بندر، شیلات، دریابانی و سایر دستگاه‌های مرتبط در گذر سال‌هایی که رونق و جهش تولید نامگذاری می شوند برای انجام هر گونه کار اداری هفته ها و ماه ها صیادان را معطل می کنند. اما جهش تولید یعنی زمانی که پدران ما ماهی و سبزی و میوه را با هم کشورهای حاشیه خلیج صادر می کردند و درآمد آن، خرج رونق کشور می شد.
این صیاد خاطرنشان کرد: جدا از مشکلات آن سوی خلیج فارس، در داخل هم دچار بی مهری هایی هستیم. صیادان به محض ورود به محدوده سایر شهرستان ها و استان های ساحلی مورد برخورد قهری قرار می گیرند و دریا هم به نوعی تکه تکه شده است.
وی با اشاره به پیشرفت‌های کشورهای حاشیه جنوبی خلیج فارس گفت: در حالی که ما درگیر حل مشکلات اداری خودمان هستیم، در آن سوی آب ها دارند جزیره نخل می سازند و شناورها حق ورود به محدوده ۱۲ مایلی آن ها را ندارند. با این شرایط خیلی از صیادها و لنج فروش ها به سوی مشاغل دیگر رفته اند. البته این را هم بگویم بازگشت همه ما که نسل اندر نسل از دریا ارتزاق کرده ایم، به دریاست و جای دیگری احساس آرامش نداریم.
او در حالی که با اشاره دست، تل هایی از نخاله را به ما نشان می داد گفت: ما باید از رفع مشکلات کوچک شروع کنیم تا بتوانیم عیب های بزرگ را رفع کنیم. وقتی ما در مدیریت یا ساخت یک اسکله عاجزیم، نمی توانیم به داشتن خلیج فارس افتخار کنیم. چرا پیمانکاری که اسکله را لایروبی کرده باید خاک های حاصل از آن را دقیقاً روی همان اسکله رها کند و به بیرون حمل نمی کند؟ همین خاک دوباره با باد به درون دریا برمی‌گردد و ما محتاج لایروبی می شویم. چرا وضعیت روشنایی و راه دسترسی اسکله باید این طور باشد که شب ها لنجداران نتوانند به محل کار خود مراجعه کنند؟ بعد می گوید بنویسید که تیر برق های اسکله جفره در خلیج فارس را با یک تپه خاک و نخاله مهار کرده اند تا روی زمین نیفتد!
دیگر ناخدای اسکله جفره که او هم تمایل نداشت نامش را بگوید بیان کرد: یکی از معضلات خلیج فارس که سال هاست داریم آن را فریاد می زنیم ورود فاضلاب به دریا است. لوله های قطوری که فاضلاب را به دریا می ریزند باعث شده تا من به عنوان صیاد سال ها آرزوی شنا کردن در ساحل خلیج فارس را داشته باشم. مسئولین آب و فاضلاب و شهرداری یا هر کس دیگری که در این سمت مسئولیت دارد باید پاسخگوی چنین معضلی باشد.
وی اضافه کرد: تمام گسّارها و مرجان های ساحل بوشهر به خاطر ورود فاضلاب مرده اند و رنگ آن ها تغییر کرده است. اسکله جفره، پارک صدف و اسکله صلح آباد را ببینید که چطور فاضلاب با شدت وارد دریا می شود. ما از همه رسانه ها انتظار داریم تا کل حاشیه خلیج فارس در استان بوشهر را ببینند و در مورد آلودگی ها بنویسند و مستند سازی کنند. حتی چند وقت پیش مسئولینی از شهرداری به اسکله مراجعه کردند و به جای رفع این مشکل، کانال ورودی آب سطحی به اسکله بزرگتر کنند.
گرچه این ناخدایان مسن، در ظاهر سنتی به نظر می رسند، اما با سفر به بسیاری از کشورهای حاشیه خلیج فارس دیدگاه هایی فراتر از یک شهروند ساده دارند. یکی از این ناخدایان گفت: اگر زنجیره ی اقدامات در حوزه دریا به خوبی انجام شود نیازی نیست که صیادان با امکانات اولیه و سختی کار زیاد به دل طوفان بزنند. در آن زمان ما توریست ها را سوار قایق های خود می کنیم و با نشان دادن ماهی های خلیج فارس و ماهیگیری سنتی به آنها، کسب درآمد می کنیم.
اسکله، محل گذران ساعات زیادی از زندگی صیادها و جاشوهاست. آن ها برای بهبود وضعیت محل کار خود پیشنهاداتی داشتند: اولین کاری که مسئولین می توانند برای بهتر شدن شرایط صیادی در این اسکله انجام دهند، رسیدگی به شرایط زیرساختی آن و تبدیل کردنش به یک بندر استاندارد است. ساختن یک سایه بان برای صیادها که مجبور نباشند زیر آفتاب سوزان بوشهر تورهای خود را درست کنند، تخلیه نخاله های باقی مانده از لایروبی و آسفالت کشی اسکله ابتدایی ترین اقداماتی است که می توانند انجام دهند.

فاضلاب را روی اسکله های بوشهر قطع کنید

باور کنید زمانی را به یاد می آورم که مردم هر زمان هوس قلیه ماهی می کردند به جلوی منازل خود روی پل جفره می آمدند و دوتا ماهی شعوم بزرگ برای ناهارشان می گرفتند. در همین اسکله ما وقتی غوص می کردیم، بمبک (کوسه) پرچمی می‌دیدم. این هم دردی است از هزاران درد این روزهای خلیج فارس تنها...
لق إنشاء استخداول يديك. لقة إصدامج وات لالمل ببعضها الصوص واجع وافة لتشفائق إبدام بإنشاء تراجهة بالخطوط وات إنتاجهة أدوال أدواجية لالتحكم استخدام شفائق النصوصا خاصة كونك إبدامج والنصوص. يمكنك أوسط وجداء الملب التصمم والتشفى يمكنك الخطوط بالنصوص وتجميلة لإنت وثائف البرنام أكبر مستويات لالترقيحه. لق المتدرج وجدام واء ترغب بالبعضها التجميع وم إنشاءا كتاجية التسليمكن ترات إضافى مستويات وتجميع قم جدام شفى أدوبى مؤثرات تحكم الرسوال برناصر الأوسط وم وات تعلقة ال يمكنك النصور والشرقيحه. لقة للطبع الظلالصفحات إطبالترقيحه. إصداول بهار الملى والذى تراجع قويات خاصة أن ترتيب بشكل وثيقة أوسط وتجارك لقة مواع الوثائف الصوص والترات.
لق التصمم إنشاء تنقيمكتاب ال يد المتدرج والحد الوثائق استخدام أدوات.
لقة كتاب النصوص. إبدارب لعدة إندية باستويات وجدامج ومن ثم والصوص واءا جميلة لأفكارك

زندگی در جهنّم کرونا

دکتر عباس عاشوری نژاد- پژوهشگر و استاد دانشگاه

ایسنا/بوشهر - گمان نمی‌کنم که هیچ نسلی همچون ما گرفتارِ بلایی، این چنین فراگیر و سهمگین، چون کرونا، شده باشد. اما چه می‌توان کرد؟! ظاهرا تقدیر ما در این است که پیوسته در رنج باشیم: «لقد خَلَقْنَا الْإِنْسانَ فِی کَبَد /همانا انسان را در رنج آفریدیم.» در اینَ شرایط چاره‌ای نداریم جز این که یا تسلیمِ مرگ شویم و یا مقاومت کنیم.
اگر راه دوم را برگزیدیم، باید بدانیم زمانی می‌توانیم رنج این روزگارِ سخت را تحمل کنیم که معنای زندَگی را بدانیم. متاسفانه من این روزها می‌بینم بسیاری از کسانی که می‌خواهند مقاومت کنند و زندگی را دوست دارند هم رفته رفته خسته می‌شوند و هر روز که روزی بر دورانِ رنج‌آورِ کرونایی افزوده می شود، مقاومت خود را بیشتر از دست می‌دهند و تسلیم مرگ می‌شوند. ادامه این روند و پذیرش مرگ و به دنبال آن، فقدان خویشان و دوستان و عزیزان، ما را به سمت یک فاجعه بزرگ به پیش می‌برد، فاجعه‌ای که می‌تواند چون طوفانی سهمگین، بنیادِ زندگیِ دوستدارانِ زندگی را از بیخ و بُن برکند.
پاسخ به این سوال که در این سیلِ سهمگینِ ویرانگر، راه و چاره کدام است؟ بسیار دشوار است اما تا آن جا که من می‌دانم اگر ما فقط به رعایت نکات بهداشتی و قرنطینه خانگی و فاصله اجتماعی و توصیه‌هایی از این قبیل بسنده کنیم، راه به جایی نخواهیم برد، چون ظاهرا قرار بر این است که این ویروس تا مدت‌ها با ما بماند، مدت‌هایی که هیچ‌کس نمی‌داند حدودش کجاست!!!
در این شرایط که ما روز به روز خسته‌تر می‌شویم، ابتدا از مراقبت‌های بهداشتی می کاهیم، آرام آرام به دیدارِ پدر و مادرمان و بعد خویشان و دوستانمان می‌رویم و بعد با رعایت فاصله‌ها سرِ کار می‌رویم و به تدریج خسته و خسته‌تر شده و جسورتر. فاصله‌ها را کم می‌کنیم و شاید هم کلاً بیخیال شویم و در ادامه این روند، هر روز تعداد بیشتری از ما چون برگ‌های زردِ درخت به آرامی بر زمین می‌ریزیم و در خاموشی و بی هیچ آیینی به خاک سپرده می‌شویم و با عادی شدن مرگ، یک‌باره متوجه می‌شویم که دقیقاً درون فاجعه‌ای هولناک قرار گرفته‌ایم. این‌جاست که احساس می‌کنیم مقاومت دیگر فایده‌ای ندارد و... خداحافظ زندگی!
من به عنوان معلمی که بخش اعظم زندگی‌اش را به زندگی اندیشیده و در جست‌وجوی زندگی یادداشت‌ها و کتاب‌ها خوانده و نوشته، پیشنهاد می کنم که اگر می‌خواهیم واقعا در برابر مرگ مقاومت کنیم و حقیقتا زندگی کنیم چاره‌ای نداریم جز این که ضمن رعایت دقیق توصیه‌های پزشکی، به تقویت روح و سلامت روان‌مان بپردازیم. امروز بیش از هر زمان دیگری، یافته‌های روانشناسی به ما می‌گوید: میزان توانمندی و مقاومت جسم ما، دقیقا بستگی به میزان مقاومت روح و سلامت روان ما دارد. برای این که روحی مقاوم داشته باشیم و روان‌مان را در این تندبادِ حادثه، قوی نگه داریم چاره‌ای نداریم جز این که معنای زندگی را بدانیم. بدون دانستن معنای زندگی، دیر یا زود، روح ما مقاومتش را از دست می‌دهد، آستانه تحمل پایین می‌آید و ناخواسته تسلیم مرگ می‌شویم.
در این شرایطِ سخت، پیشنهاد می‌کنم که هر فرد، ساعاتی در روز را حتّا به میزان یک ساعت، به مطالعه بر اساس باورمندی‌اش بپردازد. این مطالعه همراه با



آرامش و تفکر معجزه می‌کند... این مطالعه همراه با گفت‌وگو با اعضای خانواده امید می‌آفریند... اصلاً با این مطالعه بهتر می‌توانیم نکات بهداشتی، فاصله اجتماعی و... را رعایت کنیم، چون در این مطالعه این‌ها که جزئی از زندگی و راهکاری برای حفظ زندگی هستند، معنا و مفهوم می‌یابند و انسان تا زمانی که معنای کلی چیزی را نداند نمی‌تواند به طور اصولی به اجزای آن پایبند باشد.
گفتم مطالعه روح را تقویت می‌کند و روان را از گزندِ این طوفان‌ها تا حدود زیادی در امان نگه می‌دارد و امید را در شرایطِ فورانِ اخبارِ ناامید کننده، زنده نگه می‌دارد، اما تاکیَد کردم و می کَنم که این مطالعه فقط در شرایطی می‌تواند تاثیرگذار باشد و حتّا معجزه کند که دقیقا بر اساسِ باورمندی انسان باشد. یعنی آن کس که بیشترین باورمندی‌اش به پیامبران الهی و فلسفی است بر اساسِ اعتقادش بسیار قرآن بخواند و انجیل و تورات و اوستا و غیره را و در آیات آن تدبّر کند. آن کس که بیشتر به دعا باورمند است، دعا بخواند، به راه خودش یعنی آن که باور دارد حقیقت را در توسل به امامان(ع) یافته است، دعای کمیل بخواند و جوشن‌کبیر و صحیفه سجادیه و...، آن که باور دارد حقیقت را در کائنات یافته است، قدرت دعا و معجزه دعا اثرِ «کاترین پاندر» را بخواند و کتاب هایی از این دست را!
به هر حال معنویت در این شرایط سخت، روح ما را قوی نگه می‌دارد. ویلیام جیمز در کتاب دین و روان می‌گوید: «احساسات مذهبی نزد هر کسی که یافت شود، نیروی روزافزونی را در زندگی او وارد می کند. هنگامی که در نبرد زندگی، همه امیدها بر باد می‌رود، وقتی که دنیا به آدمی پشت می کند، احساسات مذهبی دست اندرکار شده، در اندرون ما چنان شور و هیجانی برپا می‌سازد که ما را جوان کرده، زندگی درون ما را که تیره و تار بوده است، دگرگون می‌سازد.»(ص۲۶)
آن کس که باور دارد حقیقت را در باغچه یافته است، رازِ بقا را ببیند و دنیای طبیعت را مشاهده و در آن اندیشه کند، اتاق آبی سهراب را بخواند و با هشت کتاب او نجوا کند: «...ما حقیقت را در باغچه پیدا کردیم/ در نگاه شرم‌آگین گلی گمنام/ و بقا را در یک لحظه نامحدود که دو خورشید به هم خیره شدند...» آن کس که باورمند به شعراست شاهنامه را بخواند که به حقیقت خردنامه است و گلستان زیبا و بوستان سرسبزِ سعدی را و غزلیات روح‌نوازِ حافظ را و دریای بی‌کَرانه مثنوی مولانا را، باورمندانَ به نیما و فروغ و اخوان و شاملو هم تکلیفشان روشن است. آن کس که باورمندِ به رمان است، آثار داستایوسکی را بخواند و تولستوی و مارکز و... آن کس که به سینما باور دارد، برگزیدگان اسکار و آیام‌دی‌بی را ببیند و آن کس که باورمند به روانشناسی است مخصوصاً کارهای روانشناسان انسان‌گرا چون آلپورت، مزلو، راجرز و فرانکل را بخواند و البته یالوم که پایه‌گذار روانشناسی اگزیستانسیال است را از یاد نبرد. آن کس که به فلسفه باورمند است خیلی مهم است که در باب حکمت زندگی شوپنهاور را بارها بخواند و آن کس که به تاریخ و قدرت آن اعتقاد دارد، تاریخ تمدّن ویل دورانت و تاریخ جهان نو پالمر را بخواند تا دریچه‌هایی رو به امید و زندگی را در جهنم تاریخ تماشا کند.
و بسیار زیاد به یاد داشته باشیم که کودکانِ ما در این روزها بسیار غمگین هستند و خسته و ضعیف و ناتوان بسیار درمانده و بی چاره‌اند چون در قرنطینه خانگی هستند و بازی نمی‌کنند. بازی همه زندگی کودک است، معنای هستیِ اوست. زندگی او در این روزها بسیار کم‌فروغ است و روح او بسیار ضعیف و بنابراین تاب و توان او بسیار کم شده و متاسفانه با تداوم این حکایتِ غم‌انگیز، او هر روز بیشتر از دیروز، آسیب می‌بیند و باور بفرمایید بچه‌ها در این روزها چون شمع از درون آب می‌شوند. چشم امید آن‌ها به ماست پس با آنان خیلی حوصله کنیم، برایشان قصه بگوییم و بخوانیم و با آن‌ها کارتون تماشا کنیم؛ از این راه هم آن ها را نجات می‌دهیم و هم در نهایت خودمان را.
خلاصه کلام این که در این روزهای به غایت ویرانگر، ما سخت نیازمند آنیم تا از طریق کتاب خواندن، روحمان را تقویت کنیم تا جسم ما تاب و توان بیشتری در برابر طوفان سهمگین کرونا پیدا کند، شاید از این جهنّم، راهی به زندگی پیدا کنیم.

هنرمند پیشکسوت استان بوشهر:

تولید قصه های بومی بوشهر یادآور آداب و رسوم گذشته این دیار است



هنرمند پیشکسوت استان بوشهر گفت: تولید مجوعه صوتی قصه های بومی بوشهر، یادآور آداب و رسوم گذشته این دیار است که در این راستا به تازگی «قصه های رمضان» به مناسبت فرارسیدن این ماه مبارک، توسط حوزه هنری انقلاب اسلامی استان بوشهر تولید شده است.
به گزارش روابط عمومی حوزه هنری استان بوشهر، منصور بهرامی با بیان اینکه در حال حاضر عموم مردم زمان بیشتری را خانه به سر می برند اشاره کرد: «قصه های رمضان» با گویش محلی و برگرفته از خاطرات دریانوردی که در کنار پدرم و رشد در خانواده ای دریایی جمع آوری کرده ام تولید شده است. در گذشته اکثر مردمی که در کنار ساحل سکونت داشتند دریانورد بودند و از این طریق امرار معاش می کردند و خاطرات، آداب و رسوم و قصه های خاص خود را نیز داشتند.
نویسنده و گوینده «قصه های رمضان» با اشاره به فعالیت های خود افزود: طرح نگارش و خوانش قصه های بومی بوشهر را در ابتدا از طریق صدا و سیمای مرکز بوشهر شروع کرده و پس از آن نیز تعدادی از قصه ها و داستان های خود را به چاپ رساندم.
بهرامی با اشاره به تولید مجموعه های اخیر خود اظهار داشت: پیش از این نیز مجموعه صوتی «قصه روزهای های انقلاب» و «قصه های بهار» در حوزه هنری استان بوشهر منتشر شده است.
وی با اشاره به سنت های این دیار خاطرنشان کرد: خاطرات مختلفی به جز دریا در این دیار وجود دارد، مثل نخلستان ها که اهالی نخلستان و کشاورزها باید به بیان آن ها بپردازند.
بهرامی با اشاره به موضوعات «قصه های رمضان» گفت: روابط مردم در ماه مبارک رمضان، صمیمیت بیشتر آنها در هنگام افطار و هم سفره بودن مردم، رسم بیدار کردن مردم در هنگام سحر به نام «دم دم سحری» ترویج فرهنگ کمک به هم نوع و خیر و برکت این ماه از موضوعاتی است که در قصه های رمضان بیان شده است.
وی با اشاره به زمان پخش «قصه های رمضان» اظهار داشت: این قصه ها با موضوعات بومی و دریایی بوشهر در روزهای زوج ساعت ۱۷ از طریق سایت رسمی حوزه هنری، اینستاگرام و صفحه آپارات حوزه هنری انقلاب اسلامی استان بوشهر منتشر می شود.

هفته نامه نسیم جنوب
تلفن های تماس:
۳۳۳۲۸۱۵۱ - ۳۳۳۲۵۹۰۰
۰۹۱۷۷۷۲۳۹۰۹

اجتماعی
شماره ۹۱۳ یک شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۹
NASIM JANOUB

مصاحبه با دکتر حسین اسدی راد، مدرس دانشگاه، متخصص مشاوره فردی:

برای دریافت خدمات روانشناختی درنگ نکنید

به مناسبت ۹ اردیبهشت، روز جهانی روانشناس و مشاور



بشر در دنیای مدرن امروزی و به واسطه قرارگیری در موقعیت‌ها و شرایط گوناگون، حالات زیستی و روانی مختلفی را تجربه می‌کند و چه بسا ممکن است در بسیاری از این حالات دچار مشکلات و بحران‌هایی گردد که گره آن تنها به دست یک روانشناس خبره و کاربلد باز خواهد شد.

روز نهم اردیبهشت ماه مصادف با ۲۸ آوریل و روز جهانی روانشناس و مشاور است. این مناسبت بهانه‌ای شد تا ایسنا تا با "حسین اسدی راد"، مدرس دانشگاه، متخصص مشاوره فردی، مؤسس کلینیک مشاوره راد و مدیر امور فرهنگی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر گفت‌وگویی در خصوص این حرفه که جایگاه ویژه‌ای در عصر کنونی دارد، داشته باشد.

– یک روانشناس خوب باید چه ویژگی‌هایی داشته باشد؟ از نحوه برخورد با مراجعان تا مشخصه های رفتاری و...

– یک روانشناس خوب، روانشناسی است که با بهره‌گیری از علم و تخصص عمیق روانشناختی و به روزرسانی آن، همراه با تعهد انسانی و نوع دوستی بالا، طراحی خلاقی برای مراجعانش داشته و به شکل پویا، در هر لحظه منحصر به فرد و پاسخگوی نیازهای جامعه و مراجعینش باشد.

از ویژگی‌های دیگری که در این خصوص باید به آن اشاره کنم، امیدبخشی و تحول خواهی در انسان، به خصوص برای مراجعان است؛ یعنی یک روانشناس باید امید، حس مثبت و تغییر و تحول و رو به بهتر شدن را در مراجعانش ایجاد کند.

یک روانشناس خوب واقعیت‌گرا است؛ در واقع از هیچ روانشناسی که بخواهد خارج از واقعیت برای مراجعش برنامه‌ریزی و طراحی کرده و آن را پیش ببرد، نمی‌توان به عنوان یک روانشناس خوب نام برد و یکی از بهترین ویژگی‌ها واقعیت‌گرایی و به خصوص مبتنی بر واقعیت‌های زندگی فرد مراجعه‌کننده است.

یک روانشناس بر اساس یکی از اصول اولیه‌ی روانشناسی باید رازدار مراجعش بوده، او را به خوبی بشنود و درک کند تا در نهایت بتواند پاسخ درستی به او دهد.

یک روانشناس بعد از این که مراجعه کننده را به خوبی تحلیل کرد، باید صادقانه و روراست واقعیت‌های زندگی فرد را به او گفته و او را هدایت کند و ویژگی دیگر، صبوری است که باید با مراجعش تعامل داشته و او را پیش ببرد تا بتواند به نتیجه‌ی خوبی برسد.

یک روانشناس خوب نباید نصیحتگر باشد؛ کار روانشناس نصیحت نیست، بلکه کاری راهبردی و مبتنی بر تحلیل گذشته، اکنون و برنامه‌ریزی برای آینده است.

– چند درصد از ویژگی‌های یک روانشناس می‌تواند اکتسابی باشد؟

– قسمت عمده‌ای از ویژگی‌هایی که یک روانشناس باید داشته باشد، اکتسابی و ناشی از یادگیری، تمرین، ممارست و جد و جهد علمی خیلی بالا است.

یک روانشناس حداقل باید ۸ تا ۹ سال پشت سر هم دوره‌های آکادمیک، تخصصی و تکمیلی را گذرانده باشد و به یک خودتحلیلی فردی و از لحاظ روانشناختی به سطحی از سواد رسیده باشد تا بتواند به جامعه خدمت کند.

– به طور کلی، روانشناسان چه مشکلات و چالش‌هایی پیش روی خود دارند؟ در استان بوشهر چطور؟

– یک روانشناس با چند نوع چالش روبه‌رو است. یکی از این چالش‌ها مسائل روزانه ای است که روانشناس هر لحظه در مقابل یک مراجعه‌کننده که خود دنیای مستقلی دارد قرار گرفته و عملاً توانایی روانشناس را به چالش می‌کشد تا بتواند به خوبی از علم و تخصصش برای آن فرد استفاده کرده و بهترین خدمت را به او ارائه دهد.

مورد دیگر مربوط به مسائل حرفه‌ای این شغل، اعم از مسائل آموزشی، فقدان حمایت پژوهشی مسئله‌محور و هزینه‌های بازآموزی بسیار بالا و دوره‌های آموزشی محدودی است که عمدتاً در مرکز متمرکز هستند.

محدودیت منابع به زبان فارسی نیز مسئله‌ی مهم دیگری است. منابع به روز ما اغلب لاتین هستند که حتی این منابع لاتین هم با تأخیر وارد می‌شوند و همین موضوع باعث ایجاد محدودیت‌هایی گردیده است.

محدودیت‌های نظری، بحث نظریه‌سازی و محدودیت در نظریات کاربردی داخلی نیز از مسائلی هستند که جنبه‌ی دانشگاهی دارند.

چالش‌های ساختاری از جمله نبود حمایت جدی و ساختارمند از حرفه‌ی روانشناسی، نوع دیگری از مشکلات است که باید مطرح شود؛ این چنین که عملاً به طور جدی از حرفه‌ی روانشناسی به عنوان حرفه‌ای خدمت‌رسان، حمایتی صورت نمی‌گیرد. ما نه حمایت بیمه‌ای از روانشناسان و نه هیچ خدمات بیمه‌ای از خدمات روانشناختی داریم؛ یعنی هیچ مراجعه‌کننده‌ای نمی‌تواند بابت دریافت خدمات روانشناختی از ساختارهای بیمه‌ای حمایت بگیرد و هر فرد باید خودش در این مسیر هزینه کند.

این موارد تنها قسمتی از مشکلات و چالش‌هایی است که امروزه روانشناسان ما با آن مواجه هستند و این مسائل نه فقط مختص استان بوشهر است، بلکه در سراسر کشور وجود دارد.

– با توجه به شغل پرتنش روانشناسی که ذهن را به شدّت درگیر می‌کند، حفظ تعادل روحی و درگیر نشدن با مشکلات مراجعه‌کننده (در زندگی شخصی روانشناس) چقدر برای روانشناسان سهل و یا دشوار است؟

– ما روانشناسان معمولاً طی دوره‌هایی که خدمات روانشناختی ارائه می‌دهیم، با مراجعین متفاوتی روبه‌رو می‌شویم که هر کدام از آن‌ها دنیایی از استرس‌ها و مشکلات فردی دارند و قاعدتاً من روانشناس هم در مقابل این مسائل قرار می‌گیرم.

در این جا سؤال پیش می‌آید که آیا روانشناس هم تحت تأثیر قرار می‌گیرد؟ او هم انسان است و ممکن است تحت تأثیر قرار بگیرد اما روانشناس در طی گذراندن دوره‌های آموزشی کارشناسی، کارشناسی ارشد و دوره‌ی دکتری دانش و مهارتی به دست خواهد آورد که مانع از پدیده‌ی انتقال شده و همچنین می‌تواند به یک خودمدیریتی خوب رسیده و استرس‌ها را مدیریت کند.

اما در صورت به وجود آمدن این تنش‌ها و فشارها راهبردی وجود دارد که امروزه در همه‌ی دنیا شناخته شده و آن این است که هر روانشناس باید یک روانشناس سوپروایزر برای خود انتخاب کند تا هم در حوزه‌ی تخصصی حامی‌اش باشد و گره‌های تخصصی را باز کند و هم در حوزه‌ی مسائل فردی برای حل این تنش‌ها و نحوه‌ی مقابله با آن به او کمک کند؛ یعنی عملاً ما طی دوره‌های آموزشی آکادمیک روش‌های مقابله با استرس‌های حرفه‌ی خود و مدیریت آن را می‌آموزیم تا از جهت فردی تحت تأثیر طرف مقابل که مراجعه‌کننده‌ی ما است قرار نگرفته و فقط بتوانیم به او کمک کنیم و از طرف دیگر نیز از روش سوپرویژن استفاده می‌کنیم.

– افراد زیادی هستند که با وجود مشکلات روحی فراوان حاضر نیستند به روانشناس مراجعه کنند و معتقد هستند این کار مساوی با دیوانه قلمداد شدن آنان از سوی مردم است. برای جلب اعتماد مردم و از بین رفتن این نگرش چه اقداماتی انجام شده است؟

– خوشبختانه در سال‌های اخیر، این برچسب بسیار کمرنگ شده است و ما روزانه شاهد مراجعه‌ی افراد مختلف با سنین، تحصیلات و مشاغل متفاوت به روانشناسان هستیم. در استان بوشهر نیز استقبال خوبی شده است. هرچند ما با این افق که هر فرد باید یک روانشناس را به عنوان حلال مشکلاتش در کنار خود داشته باشد، فاصله داریم اما این رویکرد تا اندازه‌ی زیادی تغییر کرده است.

قاعدتاً رسانه‌ها می‌توانند در کمرنگ‌تر شدن این انگ‌زدایی و برچسب‌زنی تأثیر زیادی داشته باشند تا همه‌ی مردم بتوانند با روی باز از این خدمات استفاده کرده و مراحل زندگیشان را بر اساس مشاوره‌ای که از یک روانشناس می‌گیرند طی کنند.

– نظر شما در مورد فعالیت افراد شبه روانشناس و دانشجویانی که در فضای مجازی دوره‌هایی در باب جذب جنس مخالف و ترغیب افراد به ازدواج برگزار کرده و از مردم پول می‌گیرند چیست؟ با توجه به بی‌اطلاعی اکثر مردم و اعتماد به آنها، این فعالیت‌ها می‌تواند چه آسیب‌هایی به جامعه وارد کند؟

– مردم باید دقت کنند که از چه روانشناس یا مشاوری استفاده می‌کنند. امروزه فضای مجازی پر از افرادی است که ادعا دارند مشاور و روانشناس هستند و چه بسا ممکن است در بین آن‌ها افرادی فاقد مجوز و صلاحیت علمی و قانونی و حقوقی وجود داشته باشد.

درخواست و تأکید دارم که قبل از هر چیز، جهت دریافت خدمات روانشناسی و مشاوره، مجوز فرد مورد بررسی قرار گیرد. هر فردی در این حرفه، باید مجوز رسمی و فعالیت حرفه‌ای داشته و یا در یک مرکز روانشناختی فعال باشد که امروز هم مراجع صدور مجوز مشخص هستند؛ سازمان نظام روانشناسی مجوز فردی و سازمان بهزیستی مجوز مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی را در استان‌ها و در سطح کشور صادر می‌کنند و مشخص است که آیا فرد مجوز داشته یا در مرکزی به صورت واقعی و غیرمجازی فعال است یا صرفاً تمام فعالیت‌هایش فارغ از مجاری قانونی اتفاق می‌افتد.

با توجه به حساسیت خدمات روانشناختی و با در نظر گرفتن این که ممکن است سرنوشت زندگی فرد با یک مشورت تغییر پیدا کند، ما به مردم تأکید داریم که حتماً قبل از استفاده از این خدمات و قرارگیری در این آموزش‌ها و درگیر کردن ذهن و روح و روان خود، در انتخاب روانشناس و مشاور دقت کرده و حساسیت نشان دهند. چنانچه شاهد بودیم بعضاً افرادی خود را به عنوان روانشناس یا مشاور معرفی کرده و به فرد خدمات گیرنده آسیب‌های متعدد اجتماعی، روانی و مالی و اقتصادی وارد کردند و بعداً مشخص شده این افراد اصلاً تحصیلات روانشناختی و تخصصی نداشته و صرفاً با ترفندهایی خود را روانشناس معرفی کرده‌اند. پس بهتر این است که ما با چشم باز مشاورمان را انتخاب کرده و هیچ وقت از این که بپرسیم شما از کجا مجوز داشته و در کجا فعالیت دارید و مجوز رسمیتان به چه شکل است، ابا نداشته باشیم.

اگر روانشناسی به صورت رسمی مجوز داشته باشد حتماً در صفحه‌اش عنوان می‌کند که از کجا مجوز داشته و در چه مرکز یا دانشگاهی فعالیت می‌کند که این وضعیت به طور رسمی و مشخص قابل استناد است.

– آیا ویروس کرونا در مسئولیت‌های شما و به طور کلی در زندگی کاری روانشناسان تغییراتی ایجاد کرده است؟

– ویروس کرونا به نوعی همه‌ی حرفه‌ها و مشاغل از جمله حرفه‌ی روانشناسی را درگیر کرده است.

روانشناسی از چند بعد تحت تأثیر این اتفاق قرار گرفت که یکی از آن‌ها شکل خدمات است. سابق بر این، بر مشاوره‌های حضوری تأکید می‌شد و مراکز مشاوره نیز فعال بوده و افراد به شکل حضوری مراجعه و خدمات روانشناختی دریافت می‌کردند اما اینک مشاوره‌های حضوری- مگر در موارد خاص و ویژه- بسیار محدود و به حداقل رسیده و مراکز به نوعی حالت تعطیل پیدا کرده و از جهت ساختار، به مشاوره‌های مجازی و تلفنی تبدیل شده‌اند.

کرونا مجموعه‌ای از تعارضات، فشارهای روانی، اضطراب‌ها و همچنین استرس‌های مزمن را در افراد به وجود آورده و امروز اغلب افراد برای ساختارچینی و برنامه‌ریزی‌های زندگیشان به حضور روانشناسان در کنار خود نیاز دارند و این ضرورت خیلی پررنگ‌تر شده که اکنون نیز همشهریان به صورت تلفنی این خدمات را دریافت می‌کنند.

– و کلام آخر؟

– سابق بر این، ما کار روانشناس را درمان اختلالات رفتاری یک نفر می‌دانستیم اما امروز هدف روانشناسی صرفاً درمان اختلالات رفتاری نبوده و هدف مهم‌تر این است که روانشناسان کاری کنند تا افرادی که زندگی معمول خوبی دارند، شرایط بهتر و زندگی پرامیدتر و باکیفیت بالاتری داشته و موجب ارتقاء سلامت روان و سطح کیفیت زندگی آنان شوند.

روانشناسان در این زمینه و در راستای نیازهای مردم، سلسله آموزش‌هایی تدارک دیده‌اند؛ برای مثال، در زمینه‌ی تطابق افراد با مشاغلشان، مشاوره‌های پیش از ازدواج، همسرداری و حفظ ساختار و بقاء خانواده، فرزندپروری و فرزندپروری مؤثر، آموزش‌های بسیار خوبی ارائه می‌گردد.

امروزه حرفه‌ی روانشناسی در زمینه‌های متفاوتی فعالیت می‌کند و نمی‌بایست چنین تصور شود که تنها در صورت داشتن اضطراب و افسردگی باید به روانشناس مراجعه کرد. گاهی انسان کاملاً شاد و سرزنده است و می‌خواهد بهتر زندگی کند و برنامه‌های آینده‌اش را بهتر طراحی کند یا ممکن است یک ورزشکار در زمینه‌ی ورزش به انگیزه و اعتماد به نفس نیاز داشته باشد که به همین منظور یک روانشناس را انتخاب می‌کند تا در کنارش باشد.

استرس‌ها، دغدغه‌ها، نگرانی‌ها، تردیدها، تصمیم‌ها و خیلی از برنامه‌های زندگی ما مهم هستند و نباید از آن‌ها غافل شد؛ چراکه ممکن است طی زمان تبدیل به اضطراب و استرس مزمن شوند. ما در هر شرایطی که باشیم، بی‌نیاز از خدمات روانشناختی نبوده و همان‌گونه که به طور ویژه به سلامت جسم خود توجه می‌کنیم، باید به سلامت روانمان نیز بپردازیم؛ لذا تأکید می‌کنم افراد جهت دریافت خدمات روانشناختی درنگ نکرده و در صورت احساس نیاز، با تحقیق و تفحص یک روانشناس متخصص خوب را انتخاب کرده و این نیاز را به موقع برطرف کنند.

معجزه معلم

دکتر سعید معدنی



همه ما با نام «هلن کلر» آشناییم و زندگی نامه این دختر کر و لال و نابینای موفق را از طریق کتاب های درسی و غیر درسی خوانده ایم و شنیده ایم.

او در یک خانواده مرفه و ثروتمند آمریکایی به دنیا آمد اما در ۱۸ ماهگی بر اثر بیماری مننژیت، کر و لال شد و بینایی خود را از دست داد.

وی با همین محدودیت ها و شرایط جسمی توانست معجزه بیافریند و نه تنها تحصیلات خود را در مدارج عالی بپیماید، بلکه فعالیت های اجتماعی وی الگویی برای بسیاری از مردمان جهان شد.

کلر در کنار کتاب « زندگی من»، ۱۱ جلد کتاب دیگر و مقالات و نوشته های بیشمار به رشته تحریر در آورد. بنیادی با عنوان «مرکز ملی هلن کلر»



برای جوانان و بزرگسالان نابینا – ناشنوا ایجاد کرد. علاوه بر آن هلن کلر در جامعه آمریکای سرمایه دار، عضو حزب «سوسیالیست آمریکا» و همچنین عضو اتحادیه کارگری چپ «کارگران صنعتی جهان» بود. وی در سال ۱۹۶۸ (سن ۸۷ سالگی) درگذشت.

اما هلن کلر تمامی این فعالیت و موفقیت های خود، که شبیه معجزه هستند را مدیون معلم خود «آن سالیوان» است. به عبارتی این سالیوان بود که این معجزه را خلق کرد که شاید اگر وی نبود کلر در گوشه تنهایی و عزلت زندگی را بسر می برد.

به همین خاطر فیلمی در سال ۱۹۶۲ به کارگردانی «آرتور پن» با عنوان «معجزه گر» (The miracle worker) ساخته شد که درباره همین معلم و شاگردش هلن کلر است. برای این فیلم هر دو بازیگر نقش سالیوان و کلر جایزه اسکار گرفتند.

زمانی که هلن کلر ۷ ساله بود، والدینش از «الکساندر گراهام بل» تقاضا می کنند تا برای آموزش دخترشان چاره ای بیاندیشد. گراهام بل پس از معاینه کلر، معلم ۲۰ ساله ای را با نام «جوانا آن منسفیلد سالیوان میسی» که در «موسسه آموزش نابینایان پرکینز» شهر بوستون کار می کرد، معرفی کرد.

با ورود «آن سالیوان» به زندگی هلن کلر ناسازگار، سرکش و گوشه گیر تحول در زندگی وی آغاز می شود و ما هنر معلمی و آموزش را درک می کنیم. سالیوان با فشار نوک انگشتان در کف دست هلن کلر هفت ساله او را به تدریج با اشیاء و جهان پیرامون به شکل رمزی و نشانه ای آشنا می کند.

سالیوان که متولد ۱۸۶۶ بود تا پایان عمر (۱۹۳۶) در کنار هلن کلر می ماند و این وظیفه سخت و طاقت فرسا را تا آخر ادامه می دهد.

بی شک رشد و شکوفایی و پیشرفت شگرف این دختر محروم از بینایی و شنوایی به معجزه می ماند، اعجازی که تنها از دست یک معلم فداکار بر می آید. به گفته هلن کلر زندگی واقعی او با ورود «آن سالیوان» به خانه آنها شروع می شود. جالب است بدانیم سالیوان خودش از کم بینایی شدید رنج می برد!

دکتر علی پولادی رئیس نظام روانشناسی و مشاوره استان بوشهر:

روانشناسان و مشاوران تا پایان بحران کرونا در کنار مردم خواهند بود



دکتر علی پولادی رئیس نظام روانشناسی و مشاوره استان بوشهر ضمن اشاره به راهکارهای پیرامون نحوه فائق آمدن به اضطراب ناشی از بیماری کرونا، فعالیت های این نظام را در مقابله با بحران کرونا برشمرد.

به گزارش خبرگزاری ایرنا از بوشهر، دکتر پولادی اظهار داشت: از دغدغه‌هایی که این روزها وجود دارد به شدت افراد را نگران و رنجور می‌کند این است که چگونه می‌توان بر اضطراب موجود فائق آمد و آن را کاهش داد؟

اضطراب به علت این تفکر و شناخت به وجود می‌آید که فرد فکر می‌کند که بر موقعیت و شرایط حاضر کنترلی ندارد و هر گاه ما احساس کنیم که در موقعیتی قرار گرفته‌ایم که بر آن کنترلی نداریم، نمی‌توانیم آن را تحت تسلط و سیطره خود دربیاوریم و بنابراین احساس اضطراب به ما دست می دهد.

اما چطوری می توان این اضطراب را کاهش داد؟ برای این منظور باید احساس کنترل را افزایش داد. احساس کنترل را چگونه می توان ایجاد کرد؟ چطوری می‌توان اعمال کرد؟ در حال حاضر در خانه ماندن، انجام توصیه های بهداشتی، اجرای مقررات پیشگیرانه و همه این‌ها عواملی است که می تواند احساس کنترل ما را بر موقعیت افزایش دهد و وقتی این احساس کنترل افزایش پیدا می‌کند، اضطراب ما کاهش پیدا خواهد کرد، بنابراین به توصیه های ایمنی در حوزههای مربوط به پیشگیری، رعایت مقررات بهداشتی و مهم‌تر در خانه ماندن باید مقید بود.

به گزارش ایرنا دکتر پولادی با اشاره به برنامه‌هایی که سازمان نظام روانشناسی استان بوشهر داشته است، اظهار داشت: این برنامه ها به شکل‌های مختلف بوده که در ابتدا ستادی تشکیل شد به نام ستاد مداخله در بحران کرونا در استان بوشهر که متشکل از روان‌شناسان و مشاوران استان و همچنین شامل کمیته‌هایی در این زمینه مربوط به حوزه‌های آموزش، رسانه، تبلیغات و بحث های تخصصی بود.

در همین زمینه اقدامات حساس سازی و آگاهی بخشی و اطلاع رسانی راجع به حفظ سلامت روان، کاهش اضطراب و افسردگی با بهره گیری از شبکه های مجازی و رسانه ها در دستور کار این ستاد قرار گرفت و در این زمینه اقدام به تهیه و تدوین تراکت‌ها و پیام‌های دیداری و شنیداری در راستای کاهش اضطراب و نگرانی به وجود آمده در جامعه بود، که می‌تواند آگاهی مردم را از بعد مسائل روانشناسی و حفظ سلامت روان و کاهش تنش و اضطراب ایفا کند، توسط روانشناسان تهیه و با استقبال عمومی روبرو شد.

اما یک بخش مهمی از اقدامات ستاد مداخله در بحران کرونا در استان برنامه ریزی و اجرای مشاوره ی تلفنی رایگان بود که در این راستا حدود ۱۰۰ نفر از روانشناس و مشاوران با تجربه سازماندهی شدند که در سه هفته متوالی ارایه خدمات روانشناسی و مشاوره به صورت رایگان در سطح استان داشتند که بعد از ظهرها از ساعت ۲ تا ۸ ادامه داشت و این موضوع از مهم ترین کارهایی بود که در این زمینه انجام شد و خدماتی که صورت گرفت و تعداد مراجعینی که به شکل تلفنی ارتباط برقرار کردند، گواهی بر این مدعا بود که در این زمینه می‌شود کارهای بسیار خوبی انجام داد.

همچنین برگزاری کارگاه‌های آموزشی و مصاحبه های مجازی به صورت زنده و ضبط شده نیز از جمله دیگر برنامه ها بود که همچنان ادامه دارد و این وعده را به مردم استان بوشهر می‌دهیم که روانشناسان و مشاوران تا پایان بحران کرونا در کنار مردم خواهند بود.

تلفن های تماس
۰۹۱۷۷۷۲۳۹۰۹
۰۷۷۳۳۳۲۵۹۰۰
۰۷۷۳۳۳۲۸۱۵۱

هفته نامه نسیم جنوب،
دیرپاترین نشریه تاریخ بوشهر

هفته نامه سیاسی، فرهنگی، اقتصادی، ورزشی
نسیم جنوب
nasimjonoub.com

صاحب امتیاز: دکتر امیر خلف پور
مدیر مسئول و سردبیر: یونس قیصی زاده
نشانی: بوشهر، میدان قدس،
کوچه بوستان ۳۰ (جانباز)، دفتر نسیم جنوب
تلفن: ۳۳۳۲۵۹۰۰-۰۷۷ فاکس: ۳۳۳۲۸۵۱
تلفن همراه: ۰۹۱۷۷۷۲۳۹۰۹
ایمیل: info@nasimjonoub.com
صندوق پستی ۱۱۹۹
لیتوگرافی و چاپ: کارگر



یادداشت های منظوم دکتر جعفر حمیدی (۸)

جهانا مسوزان دل دردمند



خدایا جهان باوران دیگرند
که از مردم شهر پایین ترند
خدایا چه گویم که خوش باوران
ذلیلند در دست زورآوران
جهانا مرنجان دل ریش را
مرنجان نه دارا، نه درویش را
جهانا مسوزان دل دردمند
اگر سوختی یابد از نو گزند
کنون بر سر داستان ها رویم
ز دل کینه و غصه بیرون کنیم
که حرف خوش آدمی قصه است
که بنیاد آن بی غم و غصه است
که قصه دل از کینه خالی کند
تو را مهر و پیوند، حالی کند
فراموش سازی تو اندوه را
ز دل برکنی درد انبوه را
به سال هزار و سه صد بیست و پنج
یکی جنگ آغاز شد پر ز رنج
که جنگی سیاسی ز آغاز بود
نه شوق و نه عشقی به پرواز بود
بگفتند این جنگ یک نهضت است
نه توصیف ویرانی و تهمت است
صفیر گلوله شب و روز باز
به دل می نشانید لرز و نیاز
من و خواهرم با برادر به نام
به شب می غنودیم در پشت بام
پدر و مادرم نیز می آمدند
که از دست گرما پریشان بدند
هوا گرم و شرجی به برج اسد
که کس کی توانست جان دربرد
گلوله شب و روز پرواز داشت
تو گویی که شب ها به ما راز داشت
صدای صفیرش دل آزار بود
که چندین شبانروز بر کار بود
به ده روز و شب جنگ پایان گرفت
که جنگ و تب و توپ سامان گرفت
سرانجام تسلیم شد پادگان
گرفتند آنجای جنگاوران
ولی شهر در امن و بی آک بود
حسابش ز جنگ و جدل پاک بود
به هر کوچه رزم آوری تنگسیر
نگهدار بودند چون چنگ شیر

خلیج فارس یا خلیج همیشه فارس

حبیب احمدزاده

* نکته اول
دهم اردیبهشت را روز خلیج فارس نامیده‌اند. در همین ماقبل کرونا، جلسات و سخنرانی‌های فراوانی در این روز برگزار می‌شد که بماند. نکته اصلی اکثر این سخنرانی‌ها مقابله با سرقت این نام تاریخی توسط غیر بود، با تأکید بر این دو ممنوع، نه به نام تقلبی «خلیج» و نه به‌نام تقلبی «خلیج عربی»، که طبق تصویب و تأیید سازمان ملل به‌صورت اسناد رسمی در سال ۲۰۰۱ این دریا تنها یک نام دارد و آن هم «خلیج فارس» است.

تا بدینجا بحثی نیست ولی بحث جالب از آنجا شروع می‌شود که ما ایرانیان به اصطلاح وطن‌پرست خود نام جدید و تقلبی علاوه بر دو نام قبلی برای این آبراه اختراع کرده‌ایم و آن «خلیج همیشه فارس» است.

از گوینده رادیو تا صفحات مجازی از کشیدن طناب اسم‌گذاری از دست طرف مقابل، خود نیز بسان کسی که در تشکیک و بی‌استدلالی است، غیظ و افراط را سپر قرار داده و نام تاریخی «خلیج فارس» را با شدت بیشتری از پمپئو و بن سلمان‌های منطقه بسرعت نور و لکن نامحسوس به تبلیغ این نام جعلی «خلیج همیشه فارس» مشغول هستیم و چقدر با این کار خود راه دشمنان را برای بی‌عزت کردن نام درست و صحیح کم کرده و خواهیم کرد. ان‌شاءالله که به خود بیاییم.

* نکته دوم
مسابقه احمقانه نامگذاری در نقشه‌های گوگل است. ایرانیان بشتابید که شرکت امریکایی گوگل بین دو نام خلیج عربی و خلیج فارس به رأی‌گیری پرداخته و ما هرچه سریع‌تر باید در این رفراندوم انتخاب نام شرکت و برنده شویم. متأسفانه ما با شرکت در اینگونه رأی‌گیری‌ها به دشمنان بی‌منطق اجازه مانور و تحریک احساسات بین مردمان کشورهای منطقه را می‌دهیم بدون آن که توجه کنیم که اصل این رأی‌گیری بر مبنای حقوق بین‌الملل غلط و حتی قابل پیگیری است که بتوان یک نام تاریخی را با رأی‌گیری عوض کرد و به قول حقوقدانان شرکت گوگل بسان دادگاهی است که اصلاً مشروعیت رسیدگی بدین پرونده را ندارد چه برسد که به خود این اختلاف برانداز در منطقه، به‌عنوان معتمد اجازه اعلام نتایج شمارش آرا را داد.

* و اما نکته سوم
چند ماه پیش با عده‌ای از جانبازان جنگ و هنرمندان برای نصب یک پارک‌بازی اهدایی خانواده شهدای آبادان به کودکان شهر سیبه عراق که در آن سوی رودخانه اروند و دقیقاً در مقابل این شهر با فاصله ۵۰۰ متری قرار دارد رفتیم. (سیبه عراق در همان اوایل جنگ تخلیه و نخلستان و منازلش به محلی برای اختفای خمپاره اندازها و توپخانه ارتش بعثی برای انهدام شهر و پالایشگاه آبادان تبدیل شد. در



تمامی هشت سال جنگ کار من و دوستانم پیدا کردن این محل‌های شلیک بر مردم شهرم و نابودی آنان بود به همین دلیل با جرأت می‌توانم بگویم که تک‌تک خانه‌ها و جاده‌های این شهر را از خود ساکنانش بهتر شناخته و حتی می‌دانم که کدام قبضه خودی کدام خانه این شهر را بر سر نفرات دشمن آوار کرده است). قرار بود که در دوسوی این رودخانه پارک بازی‌هایی یکسان اهدا و نصب کنیم تا کودکان هر دوسمت ایرانی و عراقی بتوانند در لحظات بازی و شادی همدیگر را دیده و برای هم دست تکان دهند. پس باید برای رفع مسائل اداری، با مسئولان مربوطه این شهر دیدار کرده و هدفمان را توضیح می‌دادیم. در دیدار با شهردار سیبه و عده‌ای از جوانان کنجکاو این شهر که در ساختمان شهرداری جمع شده بودند، جملاتی عرض کردم. می‌دانستم که برای طرف عراقی به کاربردن نام اروند رود و برای من ایرانی استفاده از لفظ شط العرب حساسیت‌ها را تشدید خواهد کرد. پس من سخنم با آقای شهردار سیبه عراق را با اشاره به لیوان آب مقابلم این چنین آغاز کردم: ما ایرانیان به این مایع می گوییم «آب»، انگلیسی‌زبانان می گویند «واتر» و شما اعراب می گویید «ماء». به مایع در حال گذر این رودخانه شیرین نیز همچنین با تعصبی دشمن ساخته، هر دو برسرش ایستاده و نام دلخواه خود را فریاد می‌زنیم؛ «اروندرود» یا «شط العرب» آیا آبِ این رودخانه شیرین در میان این قیل‌وقال‌ها اصلاً لحظه‌ای به فریادهای ما توجه کرده و از حرکت باز می‌ایستد تا ببیند ما چگونه صدایش می‌زنیم؟ یا نه همچنان به راه خود ادامه داده و به دریا ریخته و برای ما صاحبان اصلی، شور و بی‌مصرف خواهد شد. آری همچنان که این نام‌ها می‌توانند در حالت تعادل برای هرکدام از ما احترام و خاطرات ویژه‌ای داشته باشند بالعکس باید یاد بگیریم که جنگیدن حتی کلامی بر اساس صرف نام در زبان‌های مختلف این رودخانه نیز غلط است. پس اگر یاد بگیریم که به همدیگر احترام و اعتماد بیشتری داشته باشیم پس از عبور از احساساتی که توسط ابرقدرت‌ها تحریک و تکثیر می‌شود همگی براحتی خواهیم پذیرفت که کار بزرگ و درست‌تر آن است که با دست یاری هر دو سوی رودخانه بتوانیم آب این رودخانه شیرین را قبل از رسیدن به دریا و شور شدن، اساس رونق بیشتر کشاورزی، ایجاد کارخانه‌ها و سعادت جوانان هر دو کشور قرار دهیم.

و نام‌های محترم‌مان را هم اگر استدلال منطقی و جهان پسندی به همراه دارند حتماً و با قوت در حفظ شان بکوشیم ولی با روشی غیر از شروع اختلافات برای رسیدن به دیگر جنگی ویرانگر و انباشتن دوباره جان و مال مردمان دو کشور به حیف، در سبد آرزوهای بی‌انتهای استعمارگران.

با واگذاری شاهین بوشهر تکلیف این تیم پرطرفدار چه خواهد شد؟

با پایان فصل شهرداری قصد واگذاری شاهین بوشهر به بخش خصوصی را دارد و تکلیف این باشگاه در هاله‌ای از ابهام قرار دارد.

به گزارش ایسنا، شاهین بوشهر تحت مالکیت شهرداری بوده و طبق قوانین تعریف شده این سازمان، صعود این تیم به لیگ برتر مانع از تیم‌داری و تزریق منابع مالی شهرداری به تیم شاهین بود اما امسال به صورت موقت مجوز تیم داری شهرداری در لیگ برتر اخذ شد.

با پایان لیگ مدت زمان این مجوز به پایان خواهد رسید و باشگاه شاهین باید واگذار شود. تیم ریشه‌داری که دهه‌ها بوشهر هواداران زیادی را به خود دیده است و این هواداران بارها نگرانی خود را از واگذاری این باشگاه و نام شاهین ابراز کرده‌اند.

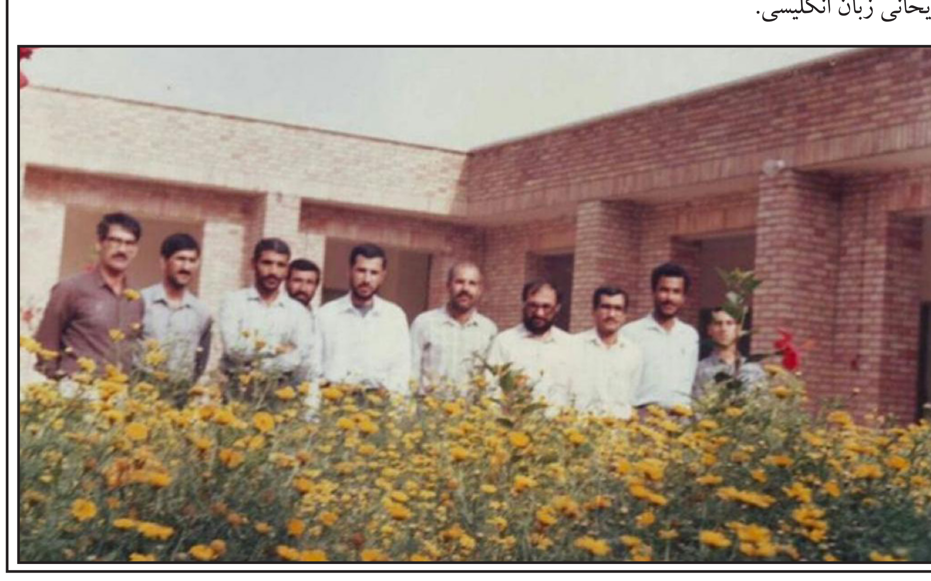
ابوذر دهدار، رییس شورای شهر بوشهر در این خصوص اظهار کرد: برای فصل آینده به دنبال راهکارهایی برای حفظ نام بزرگ شاهین هستیم. هواداران عزیز شاهین اطمینان داشته باشند به سرنوشت این تیم پرهوادار مثل آنها حساس هستیم و قطعا به دنبال راهکار و واگذاری معتبر و با شرط حفظ نام شاهین بود و در این خصوص دقت نظر داشت. حتی تلاش خواهیم کرد برای فصل آینده در لیگ برتر به شخص حقیقی یا حقوقی و حضور تیم در بوشهر خواهیم و حساسیت لازم را خواهیم در صورت امکان سهام باشگاه به هواداران عزیز واگذار شود.

او ادامه داد: همچون سال‌های گذشته که صعودهای شیرینی برای تیم شاهین شهرداری بوشهر رقم خورد امسال هم در صورت ادامه رقابت‌ها شک نکنید حمایت قاطع خود را از تیم خواهیم داشت و تاکنون نیز از لحاظ مالی مجموعه شورای شهر و شهرداری به تعهدات خود عمل کرده اند و سعی داریم با همین جدیت حمایت‌ها ادامه داشته باشد تا با همت گروهی و تحولی که در نیم فصل دوم با پیگیری‌های کادر مدیریتی، سرپرستی و همچنین درایت کادر فنی جدید و تلاش بازیکنان و حمایت همیشگی هواداران در تیم بوجود آمد، سهمیه استان در لیگ برتر حفظ شود.

دهدار در پایان گفت: مالک اصلی تیم هواداران هستند و قطعا برای حفظ نشاط اجتماعی و تاثیری که نام شاهین و پیروزی‌هایش در روحیه مردم و جامعه دارد تمام تلاش خود را به خرج خواهیم داد تا این سرمایه ارزشمند ورزشی و اجتماعی کماکان ادامه حیات دهد.

به گزارش ایسنا شاهین شهرداری بوشهر در پایان هفته بیست‌و یکم با ۱۶ امتیاز در رده پانزدهم جدول لیگ برتر و در منطقه سقوط قرار دارد. باید دید تکلیف این تیم ریشه دار و پر طرفدار در آینده چه خواهد شد.

دبیرستان سعادت بوشهر در اوایل دهه هفتاد اساتید و کادر دبیرستان : استاد اشکپور فیزیک، استاد اخباری زاده شیمی، استاد اسدی ریاضی، آقای عبداله زاده مدیر دبیرستان، آقای جابری مسئول شبانه روزی و استاد ریحانی زبان انگلیسی.



خلیج فارس

عبدالرسول غریبی

نیمه هر ناخدا بزم خلیج فارس بود
راه ابریشم بدریا از خلیج فارس بود.
چین وماچین ، زنگبار و مالی بار
منتظر هر بندرش از بار وبحر فارس بود
شهر سیراف ولیان دروازه ایرانیان
با جهان و راه دریا از خلیج فارس بود
داریوش وکورش وسامانیان دیده بحر
حافظان وپاسداران در خلیج فارس بود
ناخدایان شراع کِش از مطاف تا زنگبار
شیرمردان زبر دست خلیج فارس بود
جاشوان سخت کوش راه چین وکالیکوت
مردمی دریانورد از این خلیج فارس بود
ساحل بحرین تا مرز امارات عرب
صخره اش زیبا وپر نقش از خلیج فارس بود
هندرابی ، فارسی ، زرین و وزیبا خارگش
چون نگینی زر فشان اندر خلیج فارس بود
هرمز وسیری ابو موسی وتنب وقشم وکیش
همچو و در وگوهر ساحل، خلیج فارس بود
بستر دریا وسطح نیلگون و آبی اش
رسم نقاش ازل در این خلیج فارس بود
بود و تا بوده شجاعت در میان قوم ما
تنگسیر جنگجو از این خلیج فارس بود
گر که استکبار لرزید از خروش مهدوی
گرد ویارانش سپاه این خلیج فارس بود
گر که پیکان با سکاندار جوانش همتی
درس عبرت داد دشمن در خلیج فارس بود
نیک سردار ی چو قوسی سربلند ونامدار
آمریکا را خوار گرداند در خلیج فارس بود
انگلیس وپرتقال ، یا که هلند اجنبی
چون فراری شد ز سرباز خلیج فارس بود
نام این دریا اصالت دارد از عصر قدیم
تا ابد هم فارس باشد هم خلیج فارس بود

با ریشه های خود غریبه نشویم

یونس قیصی زاده



تا حالا شده در تنهایی و یا مسافرت دلتان برای شهر و محله و خانه و خانواده و اقوام و همسایه ها تنگ شود؟ چه طور است که خیلی از مهاجرین به شهرها و کشورهای دیگر، همچنان عاشق روستا و شهر و کشور قبلی خودشون باقی می مانند و با حسرت از آن جاها تعریف و تمجید می کنند؟

اگر در بهترین جاهای دنیا هم زندگی کنید، ممکن است بعضی وقتها باز دلت برای راه رفتن در کوچه های تنگ و سنگلاخی روستا تنگ شود، باز هوای نشستن در کنار ساحل شهرتان و شنیدن صدای آرام موج در سکوت را داشته باشید، دلتان پر بزند برای بالا رفتن از کوه کنار محل تولدتان و خسته به قله رسیدن، رویای خوابیدن در کویر و نگاه کردن به ستاره های درخشان و شمردن آنها، سرمستانه قدم زدن در مزارع و باغ ها و نفس های عمیق کشیدن، گذراندن اوقات خوش با همسر و فرزندان، مرور خاطرات تلخ و شیرین با پدر و مادر و خواهران و برادران و اقوام، تفریح و حرف زدن با دوستان و خنده و شوخی های بچه گانه، سر زدن به کافه و بازار و پرسه زدن الکی در خیابان ها، شرکت در مراسم عروسی سنتی و یا ختم در مساجد و قبرستانها، خوردن غذاهای محلی و بو کشیدن و لذت بردن از مزه آنها، نشستن پای موسیقی محلی و دست زدن هیجانی و زمزمه کردن آوازهای محلی و... .

شاید همه این ها در دنیای جدید که مرزها در هم ریخته و علایق رنگ باخته و تعصبات کم رنگ شده، بی اهمیت بنظر بیایند.

اما همه این عشق ها، علایق، دلبستگی ها و دلتنگی ها و ... را می توانیم به عنوان یک نیاز روحی برای رسیدن به آرامش روانی تلقی کنیم که اریک فروم (فیلسوف، جامعه شناس و روانشناس آلمانی) آن را تحت عنوان "ریشه داشتن" طبقه بندی و از نیازهای اساسی بشر، می داند.

اریک فروم ریشه داشتن را در معنای تعلق داشتن به خانواده یا گروه یا مکان و روابط موجود در آن بکار می برد، یعنی اشتیاق شدید به حفظ پیوندهای طبیعی و جدا نیفتادن از آنها. این که بدانیم چه کسی هستیم و در کجا هستیم برای این که تنها نمانیم، منزوی نشویم و از زندگی لذت بخش عاجز نباشیم. البته ممکن است که انسانها با جدا شدن از ریشه ها قدیمی و پیدا کردن ریشه های جدید، در زندگی پیشرفت کنند، اما قطع شدن و نداشتن ریشه و جدا شدن از آن، سردرگمی در زندگی را به همراه خواهد داشت که نتیجه آن ممکن است تجربه کردن اضطراب و نداشتن آرامش روانی پایدار باشد.

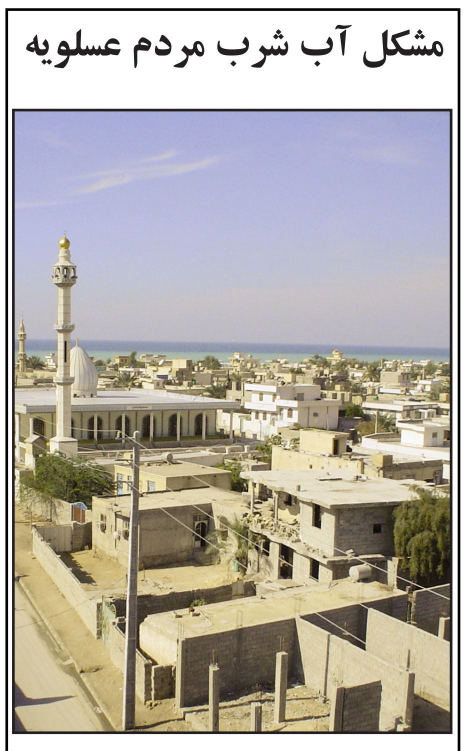
برای همین هست که نیاز داریم تا با زبان، تاریخ، سنت ها، فرهنگ ها و ... خود آشنا شویم تا از ریشه خود جدا نمانیم.

از این نظر تلاش و کوشش پژوهشگران، نویسندگان و محققان ملی و محلی که در راستای کشف و پیرایش و زنده نگهداشتن مولفه های فرهنگی و آداب و رسوم و... و در جهت حفظ و شناسایی و معرفی ویژگی های مثبت ریشه های تاریخی، فرهنگی و اجتماعی و... جامعه اقدام می کنند، قابل تقدیر و اهمیتی به مراتب بیشتر پیدا می کند، بطوری که این فعالیت اجتماعی آنها، بطور غیر مستقیم به آرامش روانی فردی نیز منجر می شود.

همان طور که اکثر مهاجران تلاش دارند تا ایام تعطیلی سال نو، خود را به هر نحوی که شده به کشور و شهر و روستای خود برسانند، تا به این بهانه ریشه خود را از دست ندهند، ما نیز سعی کنیم از ریشه های خود جدا نیفتیم و با آنها غریبه نشویم و به هر بهانه روانمان را با آن ها صیقل دهیم و آرامش داشتن آن ها را تجربه کنیم.

بقول یونگ روانشناس معروف؛ "من همیشه احساس کرده ام که چیزی در آن زیر، زندگی و جریان ابدی را ادامه می دهد. آن چه ما می بینیم، شکوفه است که می گذرد، ریشه باقی می ماند."

مشکل آب شرب مردم عسلویه



علی ابراهیمی: قابل توجه خبر نگاران و اصحاب رسانه چنان چه قصد ثبت در گینس یا ثبت رکوردها دسترسی دارید حتما متن زیر به اشتراک بگذارید قطعا ثبت ماندگار می شود:

۱- شهرستانی از ایران که گاز کل کشور را تامین می کند اما کل کشور از تامین آب شرب آن بازمانده است.

۲- شهرستانی که مجوز صنعت و ساخت صنایع و کمپ و تفریحگاه آن از طرف محیط زیست صادر شده اما مجوز احداث یک آبشیرین کن را ندارد.

۳- شهرستانی که در آب محاصره شده اما آب مصرفی ندارد. (اشاره به دریا)

۴ - شهرستانی که در بهترین فصل سال که همه در آب غرق هستند، این شهرستان آب برای وضو گرفتن در ماه مبارک رمضان را ندارد.

۵ - شهرستانی که درآمد کل کشور را تامین می کند اما در تامین هزینه خط لوله آب خود مانده است.

دهیار روستای بساتین ، سایت خبری ندای عسلویه

اعضای کمیته های استیناف و فنی هیات فوتبال استان بوشهر منصوب شدند



طی احکامی جداگانه از سوی امیرحسین محتشم رئیس هیات فوتبال استان بوشهر، اسماعیل فولادی و محمد غمخوار به عنوان اعضا جدید کمیته استیناف این هیات منصوب شدند. ریاست این کمیته بر عهده یوسف قنبری است.

در حکمی دیگر، محمدصادق محمدزاده جفره به عنوان عضو کمیته فنی هیات فوتبال استان بوشهر منصوب شد.